

Fotball *for* Kids

Barn, oppdragelse og selvstendighet

av

Kristian Holm Carlsen (2005). Oslo: KC Print

Innhold

1.0	Innledning.....	2
2.0	Barns behov og iboende ønsker	2
3.0	Grensesetting.....	3
4.0	Belønning og straff.....	5
5.0	Selvstendighet	6
6.0	Noen konkrete eksempler om grensesetting og selvstendighet.....	7
6.1	I butikken.....	7
6.2	Natti-natti	8
6.3	Ved matbordet	8
6.4	Søsken på godt og vondt	9
6.5	Må mor og far alltid mene det samme?	9
6.6	Er det farlig å bli sint?	10
6.7	Jeg får det ikke til	10
6.8	Jeg får ikke viljen min eller ”vil ikke”	10
6.9	Andre tips	11
7.0	Sammenfatning.....	12
	Litteratur.....	14

1.0 Innledning

Dette faglige notatet ønsker å ta opp et par forhold rundt barneoppdragelse. Hovedvekten er på barnehagebarna, men mye av innholdet er kan benyttes gjennom hele oppveksten. Innholdet er forankret i psykologisk teori og forskning, samt egen og andres erfaringer med arbeid i barnehage. Innledningsvis presiseres det at dette ikke er ment som noe fasitsvar på nevnte tema. Samtidig må det understrekes at foreldre i Norge stort sett ser ut til å være meget omtenkfull, hjelpsom og flinke med barna sine. Imidlertid er det tre forhold hvor mange foreldre trolig kan ha nytte av litt veiledning eller tankepåfyll. Dette er **1)** kosthold, **2)** bevegelse og det å stimulere til mer fysisk og motorisk aktiviteter, og **3)** mange norske barn er for bortskjemte og har for få grenser. De to første punktene kommer ikke til å bli noe særlig berørt i dette notatet utover at alle tre punktene henger noe sammen.

Når det gjelder det tredje punktet, er det etter mitt syn to ulike måter norske barn er bortskjemte på og hvor de mangler grenser. Det ene er at de får alt for mange leker, og mye is, sjokolade og lignende. Det andre er at de får viljen sin for ofte, de blir ”dillet og dallet” med, og de har for få klare grenser å forholde seg til. I relasjon til sistnevnte forhold blir det her gjort et forsøk på å komme med noen fakta opplysninger, erfaringer, tankevekkere og praktiske tips. Spesielt med tanke på at mange norske barn med fordel kunne blitt noe mer selvstendige, samt hatt klarere grenser å forholde seg til. Dette betyr selvfølgelig ikke at de skal greie alle mulige ting selv, men at de er i stand til å leke uten full oppmerksomhet fra foreldrene hele tiden. Og enda bedre, de kan ”overleve” selv om de er borte fra foreldrene noen dager. I den forbindelse kommer notatet til å ta for seg en del generelt om barns behov og ønsker, grensesetting, og forsterkningsteorier (belønning og straff).

2.0 Barns behov og iboende ønsker

I tillegg til de fysiologiske behovene kan vi si at barn har behov for å få oppleve trygghet, kos, mestring, struktur og orden, klare grenser, lek og aktivitet, rettferdighet, det å bli sett og rettledd. Dersom vi systematiserer dette til barnas psykososiale utvikling, synes det viktigste for unger i alderen 0-6 år å få oppleve tillit, autonomi og det å lykkes med å ta initiativ. Tillit er spesielt viktig det første året og innebærer at barna lærer at verden er et trygt sted hvor andre vil tilfredsstille deres grunnleggende behov og ønsker. Dette innebærer å få tilfredsstilt behov som mat, få sove, klær og varme, fysisk og sosial kontakt, mye kos,

renslighet, og trygge omgivelser og rutiner. Autonomi eller selvstendighet innebærer at barna fra ca 9-12 måneder ønsker å beherske mange grunnleggende aktiviteter og daglige gjøremål selv. Dette gjelder å gå selv, spise selv, snakke, kle av og på seg, utforske ting, ordne opp selv, og etter hvert beherske toalettsituasjonen. I denne fasen oppdager barna at de kan påvirke omgivelsene sine og sin egen situasjon. Av den grunn kalles alderen ofte for trassalderen. Når barnet er blitt omtrent tre år har det en stor initiativtrang, og barnet får en gradvis innstilling mot ”voksne” oppgaver. Barn i denne alderen må få lov til å ta initiativ og så langt som mulig få ros for dette. Videre blir de mer målbevisste, og de ønsker å få hjelpe til, få ansvar og få følelsen av å være til nytte. Mot slutten av denne fasen begynner de også å få en forestilling om hva de kan bli eller ønsker å bli.

Ovenfor har vi allerede sett at barn er skapt for aktivitet. Videre virker det som et iboende trekk ved barn at de prøver seg ut hele tiden. De er overskridende både på nye gjenstander, ny atferd og de prøver seg ut på oss. Samtidig må de prøve og feile en del før mestringen sitter. Derfor gjør de plutselig noe de ennå ikke klarer eller som vi skulle ønske de gjorde annerledes. Og disse fasene kan være følsomme for barna, fordi de er i ferd med å tilegne seg ferdigheter de ennå ikke mestrer. I tillegg kan deres trang til aktivitet og utprøving skape problemer for oss. Uansett er det at barnet prøver nye ting sunt, og et tegn på tæl, utvikling og framdrift. Imidlertid kan barn finne på ting som er skadelig for dem eller andre, og som vi må stoppe. På den andre siden prøver også barn alt fra ett års alderen å oppnå mest mulig oppmerksomhet og behagelighet. Sistnevnte betyr at de gjerne vil leies, bæres, løftes opp, sove i foredrenes seng, bli koset med, få is og lignende selv om de ikke har noe behov for det. Av den grunn trenger barn noen klare grenser å forholde seg til.

3.0 Grensesetting

Grensesetting i tradisjonell betydning innebærer å hindre barn i å gjøre noe skadelig. Dette henger ofte sammen med barns lek og aktivitet. Voksne hindrer ofte barn i å utprøve ny ting og stopper den fysiske leken deres fordi vi er redde for at de skal skade seg. Imidlertid er min erfaring fra arbeid i barnehage at barn som er mer enn 15-18 måneder gamle selv har en forståelse for hva som er farlig eller ikke, samt hva de kan mestre. Blant annet har jeg prøvd å motivere små barn (20 måneder) til å hoppe ned fra et bord på 60 cm. Og selv om de har stor tillit til meg og er flinke motorisk, så vil de ikke hoppe uansett hvor mye jeg oppfordrer dem til det. I tillegg har jeg observert at småbarn som blir løftet opp på det store lekeapparatet

forstår at de må være forsiktige og at det er farlig å falle ned. Så i relasjon til grensesetting og det å stimulere barn til mer fysisk og motorisk lek, mener både fagpersoner og mange ansatte i barnehagen at vi på mange områder har for strenge grenser. Derfor hindrer vi muligens barns iboende trang til bevegelse og spenning, de ”går glipp” av mye mestring, og vi får færre situasjoner hvor vi kunne gitt dem ros. Samtidig kan det gjøre dem dårligere rustet til å møte mange av livets realiteter. Dessuten indikerer forskning at gode motoriske ferdigheter kan bedre barnets lese-, skrive- og regne ferdighet.

En annen måte å se det på er at grensesetting innebærer å ramme inn barnets oppførsel slik at det er tydelig for dem om atferden oppfattes som ønsket eller uønsket. Samtidig som når og hvor en viss aktivitet kan finne sted eller er uakseptabel. Det er denne måten å betrakte grensesetting på som blir berørt nærmere i fortsettelsen.

Å sette passelige grenser synes særdeles viktig for barns utvikling. Forskning og erfaring viser at foreldre som har avstått fra å sette grenser for barna sine har opplevd at barn utvikler en nokså usjarmerende oppførsel. Alternativt finnes det gjentatte eksempler på at barn med for strenge grenser også utvikler en noe forsiktig eller bestemmende atferd. Både blind lydighet og ingen grenser kan være like skadelig.

”Om barnet blir altfor sterkt kontrollert av andre, kan barnets selvkontroll bli altfor hemmende. Og er vi voksne altfor ettergivende, kan barnets mangel på selvkontroll føre til hensynsløs oppførsel”

(Skodvin, s. 16).

I forbindelse med grensesetting kan vi stille oss noen sentrale spørsmål. *Hvor går egentlig grensen? Hvorfor setter jeg denne grensen? Hvordan gjør jeg grensen tydelig for barnet? Hvordan reagerer jeg ovenfor barnet?* Det er særdeles viktig å kunne begrunne grensene og være konsekvent. Dersom du eller begge foreldrene er inkonsekvent eller ettergivende i forhold til noen grenser vil barna ofte prøve seg. Samtidig er det lov å endre grenser, men da bør det bekreftes og begrunnes. Dessuten er det lov å si at en ikke vet og at en må tenke igjennom det først. Dette er mye bedre enn først å si et nølende nei, for deretter å gi etter for barnets overtalelse. Sistnevnte gir barnet god læring om forhandlingsteknikken *nei = nei = nei = ja*.

Grensene trenger heller ikke å være de samme overalt. Barn lærer og respekterer fort hva de har lov til på ulike steder, situasjoner og hos forskjellige personer. De tilpasser seg ulike væremåte uten at de utvikler en splittet personlighet. Derfor kan du trygt si nei til noe de får lov til andre steder og motsatt, men det bør uttrykkes og forklares for barna. Imidlertid kan det resultere i at de oppfører seg høyst forskjellig på to ulike arenaer. Videre innordner ofte barna seg lettere etter grenser og regler i barnehagen enn hjemme.

Ut over dette kan det også være en fordel å diskutere grenser med andre foreldre, slik at de ikke utnytter uvitenhet til eget beste. Får alle andre egentlig lov? Dette kan spesielt være aktuelt om tema som hvor mye tid de kan tilbringe med dvd, data og TV-spill, leggetid, fødselsdagspresanger med mer. På noen områder kan det til og med være hensiktsmessig å sette felles grenser.

4.0 Belønning og straff

En viktig side ved å sette grenser er at barnet skal lære noe og utvikle best mulig atferd. For å oppnå dette er det en fordel å være bevisst med hvilken forsterkning eller konsekvens vi gir. I den forbindelse kan vi bruke tre ulike metoder. Det vil si **1)** å la barnet få oppleve en positiv konsekvens (positiv forsterkning/belønning), **2)** negativ konsekvens (negativ forsterkning/straff) og **3)** ingen konsekvens (nullforsterkning). Sistnevnte innebærer at vi overser barnet når de gjør noe de ikke har lov til. Det vil si at vi ikke gir dem noen oppmerksomhet, verken skjenn/straff eller ros/belønning.

Ulempene ved bruk av straff er større enn ulempene ved bruk av belønning, spesielt på lang sikt. Straff hemmer ikke bare en bestemt oppførsel, men har en tendens til å virke generelt hemmende på barnet. Derfor bør vi bruke mest positiv forsterkning og en del nullforsterkning. Det kan være svært effektivt å erstatte en positiv eller negativ forsterkning med nullforsterkning. Dette kan spesielt være effektivt i situasjoner hvor barnet ønsker å bli sett, og gjør noe galt bare for å få oppmerksomhet. For i de situasjonene blir all oppmerksomhet en belønning, og fravær av belønning gjør det mindre interessant for barnet og fortsette med den atferden. Samtidig er det i noen situasjoner også lov å bruke straff eller skjenn. Imidlertid bør vi være forsiktig med dette før barnet har blitt ca 1 ½ år. Før den tid har ofte barn problemer med å forstå sammenhengen mellom sin atferd og vår konsekvens. Derimot bør vi også si klart fra til veldig små barn når de gjør slemme ting som for eksempel å bite eller slå noen.

Videre må vi huske på at det ikke er sikkert at barnet har samme oppfatning av hva som er straff eller belønning som oss. Derfor er det forsterkning slik den oppleves av barnet som er avgjørende, og ikke slik den eventuelt var ment fra oss.

Et par godt råd for bruk av forsterkning er å spørre seg, *"hva oppnår ungen min med dette"*, *"eller hva blir den kortsiktige og langsiktige effekten av min forsterkning"*? Dessuten bør en prøve å gi mye ros når barnet er flink. Barn liker best av alt å høre at de er flinke og kan noe. Dette henger sammen med at mestringsmotivasjonen er svært sterk hos barn.

5.0 Selvstendighet

Å lære barnet til å bli noe selvstendig er trolig formålstjenelig både for barnet selv og foreldrene. For det første er det viktig for at barnet skal klare seg godt senere i livet. Deretter kan det bidra til at foreldrene får mer tid og overskudd. Hvilket som i neste omgang kan brukes til å gjøre flere morsomme leker og aktiviteter sammen med de små. Dette kan resultere i at barnet blir mer glad i dere og dere oppnår bedre tillit og autoritet. Dessuten får barnet tilfredsstilt behovet for aktivitet og lek. Dette kan i sin tur danne gode forutsetninger for å sette klarere grenser og få barnet til å bli mer selvstendig. For eksempel kan du bruke kommende aktivitet som belønning eller fjerning av belønning for å få barna til å oppføre seg slik du ønsker. For eksempel *"hvis du er flink og blir med hjem nå så kan vi gå ut å spille fotball etter middag"*. Eller, *"dersom du ikke gjør som jeg sier nå så blir det ikke noe svømming på torsdag"*. Selv har jeg brukt dette en del med noen til tider "klengete" jenter i barnehagen. Da har jeg for eksempel sagt at *"hvis dere ikke slutter nå så får dere ikke lov til å trene mer på datamaskinen"*. Og da sluttet de med en gang.

Å si noe helt dirkete om hvordan en kan lære barna å bli mer selvstendig synes vanskelig. Imidlertid handler det mye om å ikke skjemme bort barna ved at de får viljen sin hele tiden, at de blir mye "dillet og dallet" med, eller får det for "behagelig". Videre dreier det seg om å gi dem klare grenser og forholde seg til, samt hensiktsmessig bruk av belønning, null forsterkning og straff. I relasjon til dette er det viktig å vite at barn godt tåler å gråte, få et klart nei, ikke få viljen sin, gå selv dersom de kan gå etc. Vi må la barnet/a få holde på med og prøve ulike ting, uten at vi blander oss inn eller hjelper til umiddelbart det oppstår et problem eller misnøye.

6.0 Noen konkrete eksempler om grensesetting og selvstendighet

Forsterkning og grensesetting handler som nevnt om å få barnet til å oppføre seg og lære det vi mener er hensiktsmessig både for barnet selv og for oss. For å oppnå dette kan det for små barn ofte være effektivt å adlede barnet eller *”å gi det et annet tilbud”*. For eksempel rette oppmerksomheten til barnet mot en hund dersom det slår seg vrang i butikken. Når det gjelder førskolebarn så blir de ofte så oppslukt av leken at de glemmer gjeldende regler. Leken legger beslag på mesteparten av tankekapasiteten deres. Samtidig ser de verden fra bare en synsvinkel. I den forbindelse er det ofte lurt å være i forkant, og heller minne dem på en regel før de kan komme til å bryte den. For eksempel *”husk på at det ikke er lov til å leke med vannpistolen inne”*. Dessuten behøver vi ikke å undertrykke aktivitet. Av og til er det nok å kanalisere den til egnet tid og anledning. Et eksempel fra en barnehage kan anskueliggjøre dette. En dag ved matbordet hvor alle barna skulle drikke av vanlig glass og spise med bestikk begynte mange barn og klirre med bestikk og slå på glassene. I stedet for å bli sint å prøve å stoppe aktiviteten, fant personalet ut at de heller kunne bruke barnas kreativitet og engasjement konstruktivt. Derfor sa de at *”hvis vi spiser fint nå så kan vi etter maten finne tak i alle glassene vi har og fylle de med ulik mengde vann og så lager vi et orkester”*. Dette syns barna var en flott ide og de spiste uten noe mer klirring med glassene. På denne måten oppnådde personalet at barna spiste fint uten at de behøvde å bli sinte. Samtidig fikk de gjennomført en fin og kreativ musikalsk aktivitet etterpå.

6.1 I butikken

Dersom barnet er vanskelig i butikken kan du kanalisere oppførselen mot det å være behjelpelig slik at dere handler sammen. Så fra *”nå må du la meg få handle, hvis ikke blir det ingen middag”* til *”og så må vi ha melk, vet du hvor melken står?”*. La dem være med på voksenaktiviteten. De store barna vil som oftest sette stor pris på dette. Videre, dersom barnet slår seg vrang og hyler etter godteri i butikken, bør du ikke gi etter. Her kan du velge å være ”hard” og la barnet gråte. Alternativt og bedre, ha en gjennomtenkt begrunnelse for når og hvor det er anledning for godteri. Da har du ingen problemer med å gjenta den offentlig, og barnet ser at du står for det du har sagt.

6.2 **Natti-natti**

Å få barnet til å legge seg, sovne om kvelden og/eller ligge rolig hele natten kan by på utfordringer. Det første tipset her er å ikke la ettermiddagslurere drøye til etter fire. Dersom barnet kan sove lengre enn dette er det lurt å foreta en mild vekking før middag. Ved legging lønner det seg som oftest å innarbeide gode rutiner som ikke innebærer at du sitter hos barnet, holder det i hånden eller koser med det helt til det sovner. Avslutt for eksempel med *"Natta, lille Espen, nå går mamma. Sov godt!"*. Gå deretter ut og la barnet ta innsovningen på egenhånd.

Dersom barnet våkner om natten og gråter, så prøv å drøye litt får du går inn. Hvis ikke kan trøsten virke som en positiv forsterkning på gråtemønsteret. Det vil si at barnet vet at mor eller far kommer inn hver gang det gråter. Og siden barnet liker mor og fars selskap, har det en tendens til å fortsette med dette.

Når det gjelder nattlige gjenforeninger i foreldrenes seng, er det du som bestemmer om det er et problem eller ikke. Et råd kan være at barnet har det trygt i sin egen seng, som for eksempel lys ved innsovning eller la døren stå på gløtt. Hvis barnet trenger å roes ned om natten, trenger du ikke løfte det ut av sengen. Du kan eventuelt ligge på madrass på samme rom og roe ned barnet med snakk eller en hånds berøring før barnet rekker å våkne helt. Dette kan innebære at det tar et par uker før godt sovemønster er etablert, men allikevel bedre enn en årelang kamp i dobbeltsengen. Andre løsninger som har vært prøvd er å ta en liten dash av morens parfyme på soveputen, eller bære barnet tilbake i sengen sin med en gang det sovnet. Dersom barnet ønsker å komme inn til dere litt for tidlig om morgenen, kan du si *"klokken er ikke seks enda, du få heller komme inn litt senere"*. Alternativt kan det være fruktbart å bruke positiv forsterkning når barnet sover alene en hel natt, eventuelt summere det, og barnet får en belønning når det har oppnådd et vist antall.

6.3 **Ved matbordet**

I forbindelse med noen barns "sære" matvaner må vi kusse på at barns smaksløker er mer følsomme enn voksnes. Det vil si at de kjenner andre nyanser i maten enn det vi gjør. Dette kan være årsaken til det kjente fenomenet, *"jeg likte ikke dette før jeg heller, men nå simpelthen elsker jeg det"*.

I forbindelse med måltider kan en spørre seg følgende spørsmål: *Hva er viktigst? Hygge eller at barnet spiser opp all maten?* Dersom barnet oppfører seg dårlig ved matbordet, det vil si søler, kaster ting, spytter ting ut igjen etc., kan en si følgende: *"Når vi sitter til bors må alle bidra til at det blir hyggelig. Slik som du oppfører deg nå blir det ikke hyggelig for noen av oss. Så hvis du fortsetter slik er det bedre om du går til et annet rom"*. Her ramme vi først inn ønsket atferd, så en advarsel og deretter eventuelt iverksettelse. Og så, som alltid, gi ros når barnet er flink.

6.4 Søsken på godt og vondt

Hos barn kan søskenkjærlighet og sjalusi gå hånd i hånd. For eksempel kan det nærmest oppleves som en katastrofe for et barn og få en yngre bror eller søster. En slik hendelse kan resultere i at eldstebarnet begynne å snakke babyspråk, søle ved bordet eller tisse på seg om natten for å konkurrere om oppmerksomheten. Får å motvirke dette må en prøve å sette av tid og rom til bare å være sammen med det eldste barnet også. Videre er det ikke alltid eldstebarnet som har skylden. Små tuller kan også være slemme. Og hvis du straffer den eldste når det var den yngste sin feil, så har du mistet mye tillit og autoritet. En annen ide kan være å appellere til hvor mye mer den eldste kan, og at den minste ikke er like flinke som han/hun. Og at det er det som er grunnen til at den minste trenger mer oppmerksomhet og hjelp en storebror eller storesøster. Samtidig kan du bruke alderen for å begrunne hvorfor du skjønner på eller straffer den eldste annerledes enn den yngste.

6.5 Må mor og far alltid mene det samme?

Barn lærer fort hva de får lov til av henholdsvis mamma og pappa. Og de vet godt hvem de skal henvende seg til for å få lov til noe. Dette er egentlig helt fint. Problemet oppstår dersom barnet forsøker å utnytte sin kjennskap til foreldrene til å spille dem ut for hverandre. I situasjoner hvor foreldrene er reelt uenige og uttrykker dette, kan barnet lære å inngå strategiske allianser. I slike situasjoner kan det være formålstjenelig for foreldrene å snakke sammen og bli enige om hva slags oppførsel de ønsker og ikke ønsker. Deretter må de være lojale ovenfor hverandre.

6.6 Er det farlig å bli sint?

Først må det sies at det er viktig med samsvar mellom kroppsspråk og det du uttrykker. Er du sint, så er du sint. Unngå dobbeltkommunikasjon siden det gjør barnet usikkert. Uansett er det lov, samt både hensiktsmessig og naturlig å bli sint i noen situasjoner. Men i etterkant kan det være lurt å forklare barnet hvorfor du ble sint, samt relatere det til noe barnet har gjort og ikke til noe som barnet er. Så istedenfor å si *"du er en somlepave"*, er det bedre å si *"jeg blir så sint når du somler sånn"*. Dessuten er det lurt med nærhet i tid mellom oppførsel og straff, slik at ikke straffen blir en reaksjon på barnet selv isteden for den aktuelle hendelsen.

6.7 Jeg får det ikke til

Barn havner i mange situasjoner hver dag som de ikke klarer å løse, i alle fall ikke på en gang. Siste eksempel på dette i barnehagen var da en gutt på to år skulle ta av seg sekken. Etter å ha prøvd i 3 sekunder begynte han å sutre og si at han får det ikke til. Da sa vi, *"prøv litt til"*, og han svarte, *"jeg får det ikke til"*, og vi svarte *"jo, kom igjen!"*. Han prøvde litt til og greide det helt fint. Da fulgte vi opp med å si, *"nå var du flink"*, og han utstrålte litt stolthet. Imidlertid er min opplevelse at i situasjoner som dette så får barnet hjelp av en voksen med en gang. Vi kommer altså *"løpende til"* for å hjelpe før de i det hele tatt får prøve. Som nevnt tidligere kan dette være noe av grunnen til at barn er for bortskjemte og uselvstendige. Her bør en heller la dem prøve litt selv, motiver og/eller komme med tips, samt gi ros dersom barnet greier det selv.

6.8 Jeg får ikke viljen min eller "vil ikke"

De fleste av eksemplene ovenfor innebærer at barnet ikke får oppfylt sitt umiddelbare ønske eller får viljen sin. Et annet vanlig eksempel der barn ikke vil høre etter eller ikke får viljen sin, er når de vil leke med en opptatt leke. Ofte prøver de å ta fra en leke et annet barn holder på å leke med. I barnehagen jeg jobbet i var vi ganske samkjørte på at det ikke er lov til å ta fra noen en leke. Dette gjelder selv om en liten tar fra en stor. Imidlertid kan vi spørre barnet om det er greit at en annen får leke med leken. Uansett er *"lekeknabbing"* en sikker *"hyle situasjon"*, spesielt når de aller minste er involvert. For dersom den lille ikke får leken, begynner barnet å gråte. Alternativt, dersom det får leken kan det barnet som hadde leken enten begynne å gråte eller føle seg forlegen. Og det som ofte skjer når det er et lite barn som begynner å gråte, er at vi raske med å løfte det opp for å gi trøst. Sistnevnte har vi sett kan

være en belønning i seg selv for barnet. Samtidig opplever det største barnet at du er urettferdig, og det svekker tiliten og autoriteten din over tid.

Måten jeg prøver å løse denne situasjonen på er å si fra at det ikke er lov til å ta fra et annet barns leke. Dette gjøres på en så fin og forståelig måte som mulig. *"Nei, den var det Henrik som lekte med og da kan ikke du få den"*. Samtidig gir vi leken tilbake til barnet som hadde den. Dette kan resultere i at barnet som blir irettesatt begynner å skrike. Men da forholder jeg meg ganske rolig og sier bare *"men sånn er det. Du kan ikke ta fra andre barn leken, og du vet at det ikke hjelper å trasse"*. Deretter får barnet bare trasse eller gråte uten å få oppmerksomhet eller kos. Men dersom et barn på 1-2 år fortsetter å gråte ut over 2-5 minutter, tar jeg det opp og gir det kos. På den måten har jeg erfart at barna forstår at det ikke hjelper å trasse i denne situasjonen, samt at de lærer at det ikke er lov å ta fra andre barn en leke. Samtidig forstår barnet at det er trygt i barnehagen, og at det får trøst når det er behov.

I forbindelse med at barn ikke vil, kan en bruke ulike taktikker. Det ene er å være sta og tvinge barnet. Av og til må vi gjøre det. En annen måte er overtalelse eller "manipulasjon". *"Hvis du er rask til å kle på deg nå så kommer vi hjem før mamma drar på trening"*. Mer, vi kan bruke belønning eller straff *"Dersom du er flink og legger deg nå skal pappa lese to eventyr for deg"*. Eller, *"det blir ikke noe besøk til bestemor og bestefar i morgen dersom du ikke er flink og legger deg nå"*. I tillegg til å bruke mye overtalelse og belønning, så prøver jeg å forberede barna eller gi dem litt tid i forkant av handlingen. For eksempel ved påkledning hadde vi et barn som ofte svarte *"nei"* og løp å gjemte seg når vi spør om vi skal gå og kle på oss. I stedet for å tvinge barnet inn i garderoben med mye hyling, kan en kle på et annet barn først. Det vil si at en planlegger å kle på et bestemt barn. Men før en gjør det spør en det "viljesterke" barnet om å gå og kle på seg. Ved nei da, så følger vi bare planen og kler på det første barnet. Deretter går vi tilbake og spør det "viljesterke" barnet igjen. Da har det barnet fått litt tid, og er som oftest mer villig.

6.9 Andre tips

Dersom barnet innrømmer at det har gjort noe galt ved første gangs forseelse er det som oftest uheldig å bli sint. Da bør en heller gi barnet belønning for å tørre å si fra, og heller bli enig om at det ikke skal skje igjen. Men dersom barnet gjentar samme feil igjen, kan det være på sin plass å bli litt sint, og si enda tydeligere fra at det ikke skal skje igjen.

I tillegg er det lov for foreldre å innrømme feil, si at en annen løsning muligens hadde vært bedre og be om forlatelse. Videre kan det være best å fokusere på hva en lærte av feilen og ikke selve feilen. Samtidig er det også lov til å tilgi i etterkant. Til slutt, når barn setter spørsmålstegn ved våre grenser er det lov til å be dem begrunne sitt ønske. Og logiske gode argumenter bør verdsettes.

7.0 Sammenfatning

Innledningsvis ble det skissert tre forhold hvor noen foreldre muligens kan ha nytte av litt veiledning eller tankepåfyll. Dette er **1)** kosthold, **2)** bevegelse og det å stimulere til mer fysisk og motorisk aktiviteter, og **3)** mange norske barn er for bortskjemte og har for få grenser. Dette notatet fokuserte på det tredje punktet. I den forbindelse er det antydnet to ulike måter norske barn er bortskjemte på og hvor de mangler grenser. Det ene er at de får alt for mange leker, og mye is, sjokolade og lignende. Det andre er at de får viljen sin for ofte, de blir for mye ”dillet og dallet” med, og de har for få klare grenser og forholde seg til. I den forbindelsen har notatet belyst ulike situasjoner og metoder for å bli flinkere til å sette grenser for barn. Alternativt argumenteres det for at vi ofte har for strenge grenser når det gjelder barns fysiske lek (punkt 2 ovenfor). Det vil si at vi hindrer barns naturlige utfordring fordi vi er redde for at de skal skade seg.

I forbindelse med å lære barnet selvstendighet kan det være fruktbart å ikke skjemme bort barna ved at de alltid får viljen sin, gi hjelp umiddelbart de har problemer, gi dem oppmerksomhet umiddelbart de er misfornøyde, ”dillet og dallet” med hele tiden, eller la dem få det for ”behagelig”. Videre dreier det seg om å gi dem klare grenser og forholde seg til, samt hensiktsmessig bruk av belønning, null forsterkning og straff.

Dessuten har det blitt antydnet at de tre overstående punktene henger noe sammen. I kapittel fem så vi at det trolig er fordelaktig å gjøre morsomme leker og aktiviteter sammen med de små. Det kan resultere i at barnet blir mer glad i dere og dere foreldre oppnår bedre tillit og autoritet. Dessuten får barnet tilfredsstilt behovet for mestring, aktivitet og lek. Dette kan i sin tur danne gode forutsetninger for å sette klarere grenser, og for å få barnet til å bli mer selvstendig. Min erfaring er at det er lettere å sette grenser for barn dersom vi gir dem mye mestring og ros. I tillegg kan punkt en ovenfor, bedre kosthold med faste måltider og mindre

sukker, bidra til et bedre ”klima” for barneoppdragelse. Dette henger sammen med at faste måltider og en reduksjon i sukkerinntak medfører mindre humørsvingninger, sutring og hyperaktivitet. I relasjon til sistnevnte er det ikke vanskelig å forestille seg at det er lettere å jobbe med grenser, gi ros og oppdra til noe selvstendighet dersom barna er roligere, mer konsentrert og i stabilt humør.

Avslutningsvis må det igjen presiseres at dette ikke er noe forsøk på å komme med et fasit svar eller en standardisert oppskrift på barneoppdragelse. Dessuten kan mulige løsninger virke enklere i teorien eller på papiret enn i praksis. I tillegg er det også viktig å være seg selv. Dersom jeg skal gi fire highlights i forbindelse med barneoppdragelse, så blir det; **1)** ha klare grenser, **2)** stimuler til mye motorisk og fysisk aktivitet, **3)** ha et fornuftig kosthold, og **4)** vær rettferdig og konsekvent.

Litteratur

Berg, A. (2002). *Motorikk, Lek og Læring. Motorikkens betydning for forebygging av barns lese- og skrivevansker*. Oslo: Abstrakt Forlag

Berger, K. S. (1998). *The Developing Person Through the Life Span (Fourth Edition)*. Worth Publisher.

Breivik, G. (2001). *Sug i Magen og Livskvalitet*. Oslo: Tiden Norsk Forlag

Evenshaug, O. & Hallen, D. (1997). *Familiepedagogikk: Oppdragelsens hva, hvordan, hvorfor*. Oslo: Ad notam Gyldendal

Evenshaug, O. & Hallen, D. (2001). *Hjelp meg å leve: å oppdra barn*. Oslo: Lunde Forlag

Gleitman, H. (1996). *Basic Psychology*. New York: Norton

Johannessen, G. (2004). Rett og slett sukkersyk. *Dagsavisen*, 26.09.2004

Ryckman, Richard M. (1999). *Theories of Personality (seventh edition)*. Wadsworth.

Skodvin, A. (2002). *Å Sette Grenser For Barn – En oppmuntrende veiledning*. Oslo: Cappelens Forlag